

Kursart: Ergänzungsfach (2-stündig)

Thema: Kanu

Bewegungsfeldgruppe: A

Bewegungsfeld: Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten

1. Zielsetzungen/Leitidee

Die Teilnehmer erlernen die Grundbegriffe und Grundtechniken des Kanufahrens auf ruhenden und fließenden Gewässern.

2. Kompetenzerwerb

Die Schülerinnen und Schüler (inhaltsbezogene Kompetenzen) ...

- wenden Grundtechniken und Fachsprache im Umgang mit dem Kanu an und bewältigen Strecken situativ angemessen.
- wenden grundlegende sportmotorische Fähigkeiten an und reflektieren diese erfahrungsbasiert.
- analysieren und bewerten situative Bewegungsabläufe nach vorher erarbeiteten Kriterien.
- verfügen über Kenntnisse hinsichtlich der Gefahrenprävention, eines umweltgerechten Verhaltens, des Umgangs mit Medien und eines gesunden und sinnhaften Freizeitverhaltens.

Die Schülerinnen und Schüler (prozessbezogene Kompetenzen) ...

- setzen sich angemessene und aufgabenbezogene Ziele in Bezug auf individuelle körperliche Belastbarkeit und Bewegungsfertigkeit und zeigen adäquate Verhaltensweisen.
- setzen Strategien zur sicheren und aufgabengerechten Problemlösung ein.
- zeigen eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person, die Interaktion mit Anderen und auf die Umwelt.
- wenden Lehr-/Lernmethoden und Sicherheitsregeln situationsadäquat an und geben gezielt Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen.
- handeln für sich und andere präventiv: Gefahren antizipierend, Regeln beachtend und respektvoll gegenüber der Natur.

3. Inhalte

Praxis: Paddelgrundtechniken (Ziehschläge, Steuerschläge, Ankanten, Wriggen, Paddelstütze, Seilfähre vorwärts und rückwärts, Anlegen und Ablegen)

Theorie: Knoten, Sicherheitsregeln, Naturschutz, Kollisionsverhütung und „Vorfahrt“

4. Leistungsbewertung

Die Bewertung erfolgt gemäß dem von der Fachkonferenz beschlossenen Bewertungsschema.

Zur Überprüfung der Kompetenzen sind folgende Testate anzustreben:

- Demonstration ausgewählter Paddeltechniken
- Situationsgerechte Anwendung von Techniken

5. Unterrichtsmaterial

- alte (ggf. wetterfeste) Sportbekleidung, die für die jeweilige Wetterlage geeignet ist
- alte Sportschuhe

6. Unterrichtsorte / Kosten / Voraussetzungen

- Unterrichtsort: Innerste (Schulanleger)
- Kosten: -
- Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Nachweis der Schwimmfähigkeit (Bronze-Abzeichen)